

Familienstützpunkt Germering



Fr, 21.11.
16-18 Uhr

Entspannung und Kreativität für Mamas – mit Kinderbetreuung

In diesem Workshop lernen wir Schritt für Schritt eine kreative Methode zur Entspannung und zu mehr Achtsamkeit kennen (Zentangle®). Ihr gestaltet eigene kleine Kunstwerke, die ihr auch mit nach Hause nehmen könnt. Dabei geht es weniger um ein perfektes Ergebnis, als viel mehr um den Prozess und die Entspannung beim Gestalten.

Parallel findet eine Kinderbetreuung statt.

(Die Veranstaltung und die Betreuung sind kostenlos.)

Veranstaltungsort:

MGH Zenja, "Wohnzimmer" (EG Passage)

Weitere Infos und Angebote des Familienstützpunktes



Referentin: Heike Haimerl, Certified Zentangle Teacher®

Infos & Anmeldung: Familienstützpunkt Germering • Tineke Deckert, Pädagogin M.A.
Sozialdienst Germering e.V. • Planegger Str. 9 • 82110 Germering
Tel.: 089/ 89 463 163 • Mail: familienstuetzpunkt@sozialdienst-germering.de

**Sozialdienst
Germering e.V.**



www.lra-ffb.de

